ARTIGO

Integrar para não perder: a importância da integração do ser criança ao ser adulto

Integrate not to lose: the importance of the infant attributes in adult's life

Thaís Wrigt Cunha Morgado
Rodrigo Bastos
Helena Pinheiro Jucá-Vasconcelos

RESUMO

Sabe-se que existem diferenças entre as crianças e os adultos e que essas são ainda mais marcantes em nossa sociedade atual. Sendo assim, o objetivo desse trabalho é realizar uma compreensão, por meio de pesquisa bibliográfica, sobre a necessidade de se resgatar características tratadas como da ordem do infantil por nossa sociedade, a fim de mostrar a importância desses atributos no processo do viver saudável e autêntico do adulto. Assim, o artigo busca abordar as perdas que ocorrem durante o processo de desenvolvimento e, principalmente, apresentar a relevância dos atributos "infantis", analisando também formas de resgatar e de integrar o ser criança e o ser adulto para que haja um viver harmônico e integrado.

Palavras-chaves: Gestalt-terapia; Desenvolvimento; Resgate; Perda; Criança; Adulto; Integração.

ABSTRACT

There are many differences between children and adults and those differences are so much more remarkable in our current society. Thinking about that, the purpose of this article is comprehend, by means of a bibliographic research, the neccessity of recovering characteristics of childhood in order to show the importance of those attributes have in a healthy and authentic life. The article itends to approach the losses that occur during the process of evolution and, mainly, the relevance of infant attributes, and how individuals can rescue and integrate the inner child to live a harmonious and integrated life.

Keywords: Gestalt Therapy; Development**;** Rescue Loss; Child; Adult; Integration.

INTRODUÇÃO

É intrigante as diferenças existentes entre as crianças e os adultos. Na atuação em clínica psicológica percebemos que essas divergências se estendem também para o processo psicoterapêutico, já que a troca com os adultos é baseada, principalmente, na linguagem verbal, enquanto na clínica infantil as outras formas de contato se mostram muito mais presentes e acessíveis, tornando o trabalho terapêutico, além de mais leve, mais transitável e fluido.

Essa distinção existente entre a criança e o adulto encontra-se bem caracterizada no dicionário. De acordo com a definição do Dicionário Aurélio (2004), criança é descrita como "ser humano de pouca idade" e adulto como alguém "que atingiu seu completo desenvolvimento". Trata-se, então, de dois períodos distintos e que apresentam particularidades. No entanto, apesar das nítidas diferenças, essas definições são curiosas, pois podemos observar adultos ainda se desenvolvendo e crianças com muita maturidade.

Ressalta-se que essa diferença é ainda mais marcante em nossa sociedade. Ariés (2012) demarca as diferenças entre a família medieval, que enxergava a criança como um pequeno adulto, de modo que após o desmame e, quando já capaz de andar, realizava as mesmas atividades que o adulto. Já a criança contemporânea é concebida como um ser inocente, necessitado de atenção e cuidados específicos. Tal modificação de perspectiva ocorre a partir do momento em que é percebido que a criança será em breve o novo trabalhador. Assim, a criança começa a ser tratada diferentemente do adulto, havendo uma distinção clara entre essas duas etapas do desenvolvimento.

No entanto, atualmente alguns autores abordam também sobre "a perda da criança que um dia fomos" elucidando que no processo de desenvolvimento, em que a sociedade tem grande participação, diversas características presentes de forma tão visível na infância, como a criatividade e a espontaneidade, podem se perder. Assim, evidenciam que a sociedade contemporânea prega que a seriedade e as responsabilidades da vida adulta são incompatíveis com essas qualidades vistas como infantis na sociedade atual (RIBEIRO, 2015; BASTOS, 2017). Nesse contexto, o Dicionário Priberam da Língua Portuguesa define criança, no sentido figurado, como *"pessoa estouvada, pouco séria, de pouco juízo"* (CRIANÇA, 2018).

Bastos (2017), por sua vez, afirma que os adultos, que levam consigo as suas crianças, possuem maior facilidade de resolver problemas e de se ajustar às novas demandas do meio. Descreve que

> [...] pessoas que conseguem [...] brincar, também conseguem expressar melhor seus sentimentos, riem mais da vida e de si mesmas e gostam disso, se expressam melhor, respiram melhor, possuem menos tiques, são mais criativas e quando posso acompanhar a trajetória de vida de algumas, vejo nitidamente que são mais felizes e resolvem e encaram seus problemas cotidianos de maneira mais leve e com soluções mais rápidas e eficientes (p. 36).

Nesse mesmo sentido, autores de outras áreas também sinalizam a importância de algumas características visíveis de forma tão clara na infância da atualidade. Gaarder (2001) aponta para a curiosidade das crianças frente aos fenômenos e a capacidade que possuem de se encantar e se entusiasmar, mas, que pelo processo de se tornar adulto, vão se habituando com as coisas do mundo. Liima (2017) sustenta a existência de dois universos distintos: o da criança e o do adulto, expondo que o adulto, em função das diversas demandas da sociedade, pode modificar a sua verdadeira maneira de ser, assumindo uma identidade não autêntica e abandonando muitas de suas qualidades, como a criatividade e a curiosidade.

Sendo assim, buscaremos neste trabalho associar as explanações sobre ser criança e o processo de se tornar adulto a alguns conceitos da Gestalt-Terapia, como a autorregulação organísmica e a regulação deverística, ambos serão devidamente explicitados ao longo do presente artigo. Salienta-se que a criatividade é uma ferramenta importante que impede a rigidez e a cristalização, permitindo a atualização e a constante renovação, sendo característica importante para a autorregulação organísmica**.** Dessa forma, a criatividade está diretamente interligada com a saúde do ser humano (ZINKER, 2007; LIMA, 2009).

Assim sendo, este trabalho pretende abordar quais seriam as perdas, caso ocorram, no processo de se tornar adulto, e como elas podem acontecer ao longo do crescimento e maturação da criança até a fase adulta. Além do mais, almeja abarcar como o abandono de algumas características, durante esse processo, pode prejudicar o viver saudável e harmônico do ser humano. Em última análise, avaliar a importância do contato com o ser criança mesmo na vida adulta.

Para alcançar os objetivos propostos, será feita revisão bibliográfica de livros e artigos pela ótica da Gestalt-terapia, do desenvolvimento humano e da neurociência. Vale ressaltar que não desconsideramos a visão holística do ser humano que a abordagem possui. Portando, o indivíduo será visto como um todo, de forma que essa totalidade do ciclo vital está presente tanto no ser "criança" quanto no ser "adulto". Entretanto, o artigo enfatiza os momentos em que o *ser criança* não está totalmente integrado ao indivíduo.

1. A passagem da infância para a vida adulta: autorregulação organísmica e regulação deverística

As crianças chegam ao mundo completamente desnudas, nudez essa que se estende também para as regras sociais e noções de certo e errado. Nascem com a pureza do desconhecido, pois não possuem nenhum julgamento prévio sobre as coisas e pessoas. No decorrer do desenvolvimento, constroem suas crenças e percepções de acordo com as vivências e experiências pessoais, inclusive introjetando o que o meio as pode oferecer (RIBEIRO, 2015).

As crianças apresentam um interesse puro pelos fenômenos que lhe são desconhecidos, deslumbram-se e se encantam com suas aparições. Observam o

caráter inédito das coisas que aparecem, sem nutrir nenhum juízo de valor sobre o que enxergam e, curiosas, buscam explorar e experimentá-las, utilizando para isso todas as suas funções de contato (RIBEIRO, 2015; BASTOS, 2017).
Esse encantamento pelos fenômenos que as cercam, junto com a falta de conhecimento de quando vem ao mundo, começam a se interromper desde seu nascimento. Tal interrupção ocorre porque a criança, em função da falta de autossuporte suficiente, aceita tudo o que não experimenta como nocivo. Dessa forma, introjeta grande parte do que é transmitido pelo meio em que vive (POLSTER E POLSTER, 2001; AGUIAR, 2015).

Aguiar (2015) sinaliza o caráter positivo da introjeção no processo de crescimento das crianças. Tendo em vista essa falta de saber e noção do meio que habitam, a autora considera que é por meio das introjeções que ocorrem as primeiras incorporações do mundo. Além do mais, para Aguiar, é por meio das introjeções que se inicia a distinção entre si mesmo e os outros, pela formação inicial da fronteira de contato. A autora explica ainda que

> A introjeção faz parte do processo de crescimento e só se torna um impedimento do contato se não é dada à criança, ao longo de seu desenvolvimento, a oportunidade de exercitar sua capacidade de discriminação, questionando algumas dessas introjeções e assimilando somente aquilo que é experimentado como nutritivo e saudável (p. 87).

Logo, caso se aprenda a reestruturar e ressignificar o material introjetado do meio em um novo conteúdo, haverá, assimilação e, então ocorrerá crescimento (D'ARCY, LIMA E ORGLER, 2016). Caso contrário, a introjeção se tornará uma disfunção de contato em que o indivíduo irá aceitar sem assimilar valores, conceitos, julgamentos ao longo de seu desenvolvimento.

Segundo Perls (2015), no processo de desenvolvimento, deve-se buscar a passagem do heterossuporte para o autossuporte. Tendo em vista que, inicialmente, o indivíduo depende e necessita do meio externo, mas, em seguida, deve ser capaz de realizar as coisas por si mesmo, ainda que em constante interação com o meio. Em um processo saudável de crescimento, o aprendizado ocorreria simplesmente por meio da experimentação por meio de tentativa e erro. Nessa mesma obra, explica que esse processo nos animais acontece por seus instintos e pela observação do meio que o cerca.

Assim, considerando os estudos de desenvolvimento humano, segundo Papalia, Olds e Feldmans (2006), os teóricos humanistas preconizam que todo indivíduo, em qualquer faixa etária e/ou contexto, é capaz de se responsabilizar e cuidar de si mesmo. Duarte Jr. (2001), por sua vez, confirma a existência de uma sabedoria corporal que também é inerente ao ser humano e que o acompanha desde seu nascimento, a qual denomina de "saber sensível". Da mesma forma, Damásio (1996) discorre a respeito dessa sabedoria do corpo:

> O nosso próprio organismo, e não uma realidade externa absoluta, é utilizado como referência de base para as interpretações que fazemos do

> mundo que nos rodeia e para a construção do permanente sentido de subjetividade que é parte essencial de nossas experiências (p. 16).

Duarte Jr. (2001) expõe que é por meio dos sentidos que se apreende o mundo, discordando de Aguiar (2015), pois afirma que, não é necessário nenhuma instrução anterior ou simbólica, pois as primeiras noções de mundo deveriam ocorrer naturalmente por meio dos órgãos dos sentidos. Apesar disto, Perls (2015) assegura que a aprendizagem nos humanos ocorre prioritariamente pelo ensino e instrução, de modo que são transmitidos geração a geração. Portanto, as crianças passam a ser orientadas por outrem quanto ao que é certo e errado e aos comportamentos que devem ser adotados e sobre os padrões que devem ser seguidos.

Perls (2015) descreve essa forma de aprendizagem, que não ocorre pelo instinto, como "interrupções dos processos de crescimento que, sem interferência, conduziriam à autossuficiência" (p. 84). Isto é, caso não houvesse essas "interrupções de contato" (p. 84) a passagem do heterossuporte para o autossuporte aconteceria naturalmente. Logo, Perls afirma que, dessa forma, a sociedade geralmente interrompe o processo de maturação da criança, já que os ensinamentos transmitidos costumam impedir a livre experimentação de si, o conhecimento de suas potencialidades, de suas possibilidades e de seus recursos internos de suporte. Yontef (1998) sustenta que, desde o nascimento, começam a ser ensinados modelos a serem seguidos, denominados pelo autor de *"forças externas socializantes"* (p. 243).

Yontef (1998) define a autorregulação organísmica como a tendência do organismo para se atualizar e se equilibrar, visando às necessidades pessoais e de seu meio. Enquanto a regulação deverística é baseada apenas em padrões externos ao organismo, que são introjetados e, de modo que, desconsidera as necessidades do indivíduo, de forma rígida e disfuncional. Então, pode-se concluir que a autorregulação organísmica, diferentemente da regulação deverística, produz respostas mutáveis, considerando diversas possibilidades de ser e estar no mundo. O autor conclui que *"assim, a mudança flui a partir do reconhecimento do que 'é' em vez de a promoção da 'obrigação'"* (p. 246).

Por isso, Perls (1977) afirma que as crianças costumam ser mais maduras que as pessoas adultas. Para ele *"[...] o adulto raramente é uma pessoa madura. O adulto é, na minha opinião, uma pessoa que desempenha o papel de adulto, e quanto mais desempenha o papel, mais imaturo frequentemente é"* (p. 47). Isso ocorre porque os "deverias" costumam surgir muito cedo e nesse processo podem ser introjetados impressões e conteúdos que são incongruentes com a própria necessidade. Nesse contexto, o processo da autorregulação organísmica pode ficar prejudicado, de modo que, se a regulação deverística se torna figura, o organismo passa, então, a ser governado por padrões externos. (RIBEIRO, 2015; BASTOS, 2017). Sobre isso, Bastos (2017) afirma que a educação tem interferência direta nesse processo, para ele

> Nascemos lindamente saudáveis (dentro do possível), aprendemos a criar, brincar, olhar o mundo como uma linda novidade, rir das coisas e chorar

> quando algo nos incomoda e então a (des)educação chega para nos (des)ensinar [...] (p. 39).

Bastos (2017) afirma categoricamente que com os ensinamentos que são transmitidos, aprende-se a não expressar os sentimentos e as emoções, a parar de brincar, a não ser curioso frente aos fenômenos. Aprende-se também padrões de certo e errado que devem ser seguidos. Ribeiro (2015) também expõe de forma contundente que se trata de uma educação formatadora, com diversas normas e regras que condicionam. Nesse processo, o mundo infantil pode se distanciar do mundo adulto e muitas das características presentes de forma tão visíveis nas crianças vão se tornando incompatíveis com as exigências impostas pela sociedade adulta da atualidade.

Duarte Jr. (2001) também critica o formato atual de educação, expondo que se resume apenas a transmissão de conhecimento, que ignora a sabedoria advinda do corpo e dos órgãos do sentido, sustentando, assim como Bastos (2017), a ideia de uma deseducação. Duarte Jr. (2001) ratifica que, em função da industrialização atual, são impostos modelos e padrões que devem ser seguidos, reduzindo as formas de se estar no mundo. Aponta, ainda, para a priorização que é feita da ciência e do mensurável em prol dos sentimentos e do sensível. O autor ironiza ao indicar que *"[...] pensemos mais e dancemos menos, aliás, nem nos movimentemos, a não ser intelectualmente [...]"* (p. 27).

O sociólogo Alain Toraine (1994, apud DUARTE JR., 2001) descreve a sociedade contemporânea como "programada" (p. 72), esclarecendo que as imposições referentes ao ser e agir ocorrem principalmente em função da era de capitalismo, do consumismo e da globalização. Portanto, de acordo com o autor, há uma formatação das pessoas, que abandonam seu senso de identidade, não sendo mais necessário fazer as escolhas baseadas nas vontades e opiniões, mas apenas a partir das exigências e demandas do meio.

Diante desse contexto, Bastos (2017) sinaliza de forma imperativa que há um caráter adoecedor nesse processo de educação e crescimento, pois, ao seguir os padrões e as normas pré-estabelecidas pela sociedade, cala-se a autenticidade e a sabedoria organísmica. Dessa forma, a sociedade impõe um padrão de se comportar e pensar, em que as pessoas devem cumprir as exigências realizadas, de modo que nesse processo *"[...] somos cobrados o tempo todo a sermos quem não somos"* (p. 67).

No processo de desenvolvimento, é possível que muitas das características que são consideradas infantis pela nossa sociedade adormeçam ou até mesmo desapareçam. Isto se deve aos atributos que podem passar a ser impróprios para a vida adulta, o que pode causar diversas consequências no adulto que é formado. Entretanto, sinaliza-se que esses atributos citados, como a criatividade e a espontaneidade, são prerrogativas do humano, isto é, pertencem a todos os indivíduos em todas as idades. Porém, na sociedade atual, são atribuídos como infantis, desvalorizando a importância destes no desenrolar da vida.

Como descreve Erick Erikson (1902/1994 apud PAPALIA, OLDS e FELDMANS, 2006), o contexto social interfere diretamente na construção da personalidade do ser humano. Então, pode-se concluir que o fato da sociedade ditar normas e considerar algumas características humanas como sendo da ordem do infantil, isso pode influenciar a autorregulação do indivíduo, assim como a formação de seu *"self"*.

2. As diversas consequências desse processo

Renata Meirelles, documentarista e pesquisadora de brinquedos e brincadeiras, no documentário Tarja Branca – A revolução que faltava (2014), expõe que, quando criança ia à praia com a mãe e, enquanto brincava de uma diversidade de coisas, sua genitora fazia apenas uma atividade enfadonha: ficava deitada se bronzeando. Por isso, questionava-se do porquê sua mãe, diante de tantas possibilidades divertidas, ocupava o tempo em apenas uma única tarefa maçante. Acreditava fielmente que alguém a proibia de fazer as tantas outras coisas. E será que não proibiam mesmo e ainda continuam a proibir?

Na realidade, o indivíduo fica diante de tantas responsabilidades e exigências impostas e autoimpostas em função de uma educação que tolhe e coíbe a partir dos inúmeros "não pode" e dos outros sem fim de "deverias". Assim, segundo Stevens (1977), como os desejos do indivíduo, muitas vezes, não são compartilhados pelas demandas e expectativas da sociedade, o homem pode se afastar de sua verdadeira essência, não reconhecendo mais suas necessidades e, tampouco, seus sentimentos. Fala-se, então, do neurótico.

Perls, em suas obras, define o comportamento fixado e repetitivo como uma das características base da neurose. Lima (2009) assevera que a cristalização de uma resposta produz diminuição das vivências do indivíduo, e impede o crescimento e a transformação. Então, caso a pessoa forme um caráter, isto é, maneiras cristalizadas de agir, haverá um afastamento de si próprio e de suas potencialidades. Esse modo padronizado de funcionar compromete o funcionamento harmônico do organismo, já que o viver saudável, para a Gestalt-Terapia, exige fluidez e dinamismo, sendo a doença o resultado do estado de fixação e rigidez (ZINKER, 2007; PERLS, 2015; D'ARCY, LIMA E ORGLER, 2016).

Essa cristalização também impossibilita que a autorregulação organísmica aconteça de forma espontânea e satisfatória. D'Acri, Lima e Orgler (2016) asseveram que a autoregulação organísmica é a mais considerável forma de assumir e ser quem realmente se é, de modo que, se não funcionar de forma adequada, perde-se o senso de identidade, o que também irá impedir o crescimento, o amadurecimento e principalmente o viver autêntico.

Um dos fatores que dificulta a ocorrência da autorregulação organísmica é o fato de as divergências entre a necessidades do organismo e as do meio acontecerem com frequência. Então, o indivíduo, ao acatar as exigências da sociedade atribuídas pela educação, ignora as suas próprias necessidades e, possivelmente, passa a bloquear

as suas sensações e a *"awareness"* (PERLS,2015; D'ARCY, LIMA E ORGLER, 2016). Segundo Stevens (1977), como os "deverias" surgem precocemente *"[...] as expectativas neuróticas da sociedade levam o indivíduo a se dissociar ainda mais da sua natureza"* (p. 20).

Nesse contexto, Hycner (1995) explora sobre o prejuízo causado pelas expectativas criadas nas relações de como o outro deveria ser e estar. Para ele, *"o que pode acontecer é sempre mais rico do que o esperado. O que esperamos é somente a sugestão mais remota do que é possível, e o que é possível amplia os limites da imaginação humana"* (p. 119). Sendo assim, quando o indivíduo está cristalizado no que deveria ser, se torna menos do que poderia, de forma que, quando segue os "deverias" impostos pela sociedade, seu potencial é reprimido (STEVENS, 1977).

Salienta-se, ainda, que o neurótico, por sua vez, conforme explicita Lima (2009), comporta-se de maneira cristalizada, agindo de acordo com as normas determinadas pela sociedade. Perls (2015) o definiu como *"o homem sobre quem a sociedade influi demasiadamente"* (p. 45). Lima (2009) expõe que estas demandas da sociedade que exigem responsabilidade e sisudez causam grandes perdas. Para a autora

> A principal perda que experenciamos nesse processo é o esvaziamento do contato, a amortização das nossas sensações e emoções, um distanciamento das relações afetivas mais profundas e de nós mesmo. O preço que pagamos é deixar de sermos criativos e nos tornarmos meros repetidores de papeis (p. 93).

Durante o crescimento, também observa-se que o prazer, sensação frequente na vida das crianças, pode ir diminuindo, pois se torna impróprio e pode ser substituído pela seriedade do mundo adulto (RIBEIRO, 2015; BASTOS, 2017). A respeito disso, Bastos (2017) tece uma crítica, expondo que o prazer não é inadequado para o adulto. Para ele

> Alguns chamam o ato de crescer de 'entrar na realidade'. Tenho receio desse tipo de análise, pois coloca o prazer em contraposição à realidade, ou seja, é como se essas duas palavras fossem praticamente antagônicas e que o prazer não fosse um dado de realidade (p. 90).

Perls (2015) também descreveu que o homem, já em sua época, vivia um processo da perda do prazer, apesar das diversas oportunidades de alegria e crescimento, afirmando que o homem

> Parece sentir que o tempo da diversão, prazer, crescimento e aprendizagem é a infância e a juventude, e abdica da vida em si, quando atinge a "maturidade". [...] Parece haver perdido toda a espontaneidade, toda capacidade de sentir e se expressar criativamente. [...] Suas atividades no presente são meramente tarefas aborrecidas que deve tirar do caminho (p.11).

Assim, para Ribeiro (2015) e Bastos (2017), nesse processo de se tornar adulto, que recebe interferência direta da sociedade, o ser humano também vai se afastando da

criança que um dia foi. Com isso, é provável que abandone várias das características presentes na infância de forma tão vívida, como a espontaneidade e a criatividade, sendo que para a Gestalt-Terapia ambas são consideras como marcadores de saúde. A espontaneidade é descrita por Perls, Hefferline e Goodman (1997) como *"um processo de descobrir-e-inventar"* (p. 182). Além disso, afirmam que ela proporciona a ocorrência da autorregulação organísmica por conta da naturalidade e da fluidez que fazem parte dela. Assim como facilita a criatividade, pois é o que possibilita a criação de novas soluções e respostas. (PERLS; HEFFERLINE; GOODMAN, 1997)

Para compreender essa dinâmica entre ser adulto e ser criança, é importante compreender os conceitos de figura e fundo. Segundo Ribeiro (1985), a figura é quem aparece com mais detalhe e maior nitidez que o fundo, que apesar de não assumir uma forma clara, é o que permite que a figura transpareça com maior foco. Polster e Polster apontam que *"idealmente, a divisão da experiência em figura e fundo é transitória, e algumas vezes até mesmo flutuante"* (1973, p. 47). Então, podemos concluir que caso a relação figura e fundo entre o ser criança e o ser adulto não se encontre fluida, haverá um sinal de uma vida não saudável e de um indivíduo não integrado.

Logo, o que se sugere é que haja equilíbrio entre esses dois polos, para que assim, seja possível um transitar fluido entre essas duas partes, sem a fixação e a rigidez que tem sido observada ao se atingir a idade adulta. Quando apenas o ser adulto se torna figura, havendo uma rigidez e cristalização desta dentro de uma totalidade muito mais ampla que é o indivíduo, haverá fixação da figura, formando-se uma Gestalt pouco adequada.

O ideal é que haja fluidez entre o ser criança e o ser do adulto, de modo que ambos possam assumir como figura em seu devido momento, de acordo com a necessidade reconhecida. Pois, conforme sinalizam D'arcy, Lima e Orgler (2016), quando há um processo de fluidez entre figura e fundo, a figura sempre fica presente nas particularidades desse fundo, de modo que nenhum deles deixa de existir mesmo quando uma das partes predomina.

Ribeiro (1985) explicita os princípios a que se deve ter atenção no trabalho em psicoterapia

> 1.º - o cliente é um todo; 2.º - deve-se prestar atenção a este todo, mesmo quando ele só fala de uma parte sua; 3.º - as duas partes: ele todo e parte dele continuam presentes ou "por baixo" ou "por detrás"; 4.º- ele, como um todo, se identifica também com a parte que está sendo focalizada, ou seja, sua parte pequena coincide com a sua parte grande; 5.º - finalmente, sua parte grande coincide com a sua parte menor (p. 74).

Assim, entendemos que mesmo o indivíduo que esteja mais focalizado em seu ser adulto, isto é, quando essa parte está como figura, o ser criança não deixará de existir, pois continuará participando da totalidade que esse organismo é.

3. A revolução do brincar: a importância da "criança interior"

No documentário Tarja Branca – A revolução que faltava (2014) é revelada a necessidade de uma nova perspectiva de vida para os adultos, pois retrata uma sociedade enferma, que enxerga o brincar como algo oposto a seriedade exigida. O filme assume a urgência do brincar, já que a brincadeira é uma linguagem universal, uma maneira de experimentar, aprender e de se conscientizar, além de uma forma de se expressar em sua totalidade. Com isso, declara a importância da Revolução da Criança, que preconiza um retorno à alegria, à espontaneidade e à criatividade. Trata-se, então, de uma "medicina psicolúdica", denominada de "Tarja Branca".

Diversos teóricos já abordaram sobre a importância do brincar para as crianças, como Melaine Klein, Jean Piaget, Donald Winnicott e vários outros. É fato que a forma predominante de se relacionar na infância é por meio da ludicidade. No entanto, no processo de se tornar adulto, a linguagem lúdica vai sendo substituída pela linguagem verbal, que passa a prevalecer. Ainda assim, salienta-se que a oralidade é somente uma das maneiras possíveis de fazer contato com o meio (AGUIAR, 2015).

Ressalta-se que, conforme explicita Zinker (2007), a própria Gestalt-Terapia é uma abordagem que busca ir além da oralidade, pois acredita que a linguagem verbal carrega pouca vitalidade, além de ser mais facilmente manipulada pelo cliente. Então, preconiza que se deve procurar outras formas de expressão, para que a mudança do indivíduo aconteça. Por essa razão, a Gestalt-Terapia faz o uso do experimento, isto é, *"[...] instrumento para obter maior 'awareness' de si mesmo e criar direções mais satisfatórias para o cliente"* (D'ACRI, LIMA E ORGLER, 2016, p. 110).

Sobre o experimento, Zinker (2007) afirma que esse instrumento pode ser uma atividade lúdica e agradável, não se tratando apenas de atividades sérias baseadas no intelecto.

> [...] [o experimento] não precisa ser pesado, sério, nem ter uma comprovação rigorosa; pode ser teatral, hilário, louco, transcendente, metafísico, engraçado. O experimento nos dá licença para sermos [...] todas as coisas, seres e noções que se ocultam em nós (p. 30).

Dessa forma, a respeito da ludicidade, Zinker (2007) afirma que esta é uma forma de expressão e de contato inerente ao ser humano e deve ser devidamente explorada no processo terapêutico. Sendo que, para o autor, o lúdico se relaciona diretamente com a criatividade, característica primordial para o viver saudável. Bastos (2017) sustenta que o lúdico é uma estratégia terapêutica, da mesma forma em que o brincar pode ser um experimento. Acrescenta, ainda, que a brincadeira é um recurso que não se resume apenas à clínica infantil, mas que é totalmente viável para o trabalho com adultos. Apesar de Bastos abordar o brincar no sentido estrito da palavra, Zinker (2007) disserta sobre o brincar na clínica terapêutica de forma mais abrangente. Segundo ele

> Na terapia, 'brincar' significa transitar pelos limites extremos do literal, inventando contextos absurdos para situações que hipnotizam por sua pobreza. Brincar significa ganhar vida, experimentar o outro com vivacidade no olhar (p. 55).

Henricks (2014) também assume a importância da brincadeira. Expõe a ideia de que até mesmo os animais irracionais, que possuem o cérebro muito menos desenvolvido que os humanos, têm o hábito de brincar, sendo que este perdura até a vida adulta. De acordo com o autor, o ato de brincar é uma forma de expressão, possibilitando a consciência e a experimentação de outras formas de funcionar e estar no mundo. Por isso, afirma se tratar de uma atividade autorrealizadora, que além de auxiliar no conhecimento de si próprio, também contribui para a compreensão do meio circundante. Ele descreve que *"nós brincamos para descobrir o que nós podemos - e não podemos fazer - e para ver se podemos ampliar as nossas capacidades"* (p. 205, tradução livre). Cabe sinalizar que para o autor, o ato de brincar acontece em diferentes contextos e abrange as brincadeiras de maneira ampla, considerando não só as que se utilizam de brinquedos, da imaginação e da fantasia, mas também as atividades artísticas, como pintura, desenho e escrita.

Sobre o ato de fazer a arte, no documentário Tarja Branca – A revolução que faltava (2014) a arte é apresentada como se tivesse a mesma origem que o brincar, sendo dispostos como pares. Zinker (2007) descreve que a arte e o ato de fazê-la possibilita uma existência mais plena, afirmando que não se resume apenas a artistas, mas a todos os indivíduos, pois, para ele, criar e fazer arte é uma necessidade primordial para o existir.

Duarte Jr. (2001) apresenta a arte como auxiliadora no retorno do ser humano com o seu "saber sensível", possibilitando novas percepções e sensações, além de aprimorar no reconhecimento dos próprios sentimentos e na compreensão do meio. Reis (2014), ao abordar a arteterapia gestáltica, afirma que a produção de arte, além de facilitar no processo de autoconhecimento e reconhecimento dos sentimentos, também facilita na descoberta de novas formas e possibilidades de ser e estar no mundo. Segundo Rhyne (2000), o ato de criar é também um meio de integração e conscientização de aspectos da personalidade antes desconhecidos.

Logo, o que se pretende ao abordar o brincar, podendo também estar associado à produção da arte, é a retomada da possibilidade de ser criança, junto a todas as suas potencialidades adormecidas. Gebrim (2004) afirma que o "Eu criança" é dotado de pureza e grande capacidade de sonhar e de se entregar à vida sem medo. Em função dessas diversas qualidades, expõe ser impossível viver sem a presença do ser criança.

Bastos (2017) afirma que, apesar de todo o processo de educação em que o brincar se afasta da realidade adulta, a criança continua viva dentro do adulto, porém escondida e com pouca força, mas ainda assim acredita que essa integração é possível e necessária. De toda forma é importante salientar, conforme explicita Bastos (2017), que

> Não se trata de um adulto se transformar numa criança, fala-se aqui da busca pelo espírito da criança, fala-se aqui da potência da alegria, da recuperação rápida do tombo, da capacidade de se metamorfosear, da capacidade de ser vulnerável, se perdoar, de abrir o coração, de se entregar, de se aventurar, de amar sem discriminar (p. 101).

Zinker (2007) também disserta sobre a importância de algumas das características presentes de forma tão transparente nas crianças. Para o autor, *"qualidade infantis, assim como a capacidade de brincar, são tão significativas para o ritmo da vida quanto a 'seriedade adulta'"* (p. 130). Por isso, o autor afirma sobre a necessidade do terapeuta auxiliar o seu cliente no processo de resgate desses atributos universais, que estão presentes de forma tão vivida na infância.

Portanto, o adulto saudável seria aquele que, além de se autorregular, reconhecendo suas necessidades e sentimentos, consegue integrar todas as partes existentes no todo que ele é, havendo fluidez na formação de figura e fundo, que considera de forma harmônica as suas necessidades enquanto indivíduo, assim como as de seu meio. Dessa forma, o adulto saudável utiliza-se de seu *ser criança* para agir de forma criativa, espontânea e resiliente perante o seu meio. Zinker (2017) afirma que *"cada ato criativo é a expressividade da plenitude da vida [...]"* (p. 16).

Logo, é necessário criar experiências para a integração das partes que estão alienadas no organismo. Syegal e Bryson (2015), apesar de abordar a importância da integração das partes do cérebro, definem muito bem do que se trata a integração, que *"[...]é simplesmente isso: juntar elementos diferentes para produzir um todo que funcione bem"* (p. 27). Então, o que se propõe é que haja contato e integração de todas as partes alienadas do organismo, o que inclui o ser criança e o ser adulto, para que assim se recupere o prazer, a espontaneidade, a brincadeira... em suma, a "vida viva" para um funcionamento organismo mais saudável.

Diante de todo o exposto, fica evidente que crescer é um processo árduo. Entretanto, Viorst (2005), reconhecendo essa complexidade e dureza do crescer, afirma que

> [...] reconhecer tudo isso e ainda assim encontrar a liberdade, fazer as escolhas, saber o que é e o que pode vir a ser, isso é o adulto responsável. Curvando-se à necessidade, deve escolher. Essa liberdade de escolha é a carga e a dádiva que todos recebem ao deixar a infância, a carga e a dádiva que todos levam quando atingem o fim da infância (p. 161).

Sendo assim, apesar de toda a dificuldade desse processo, não podemos deixar de ressaltar que se tornar adulto é uma benesse, ainda mais quando falamos de um organismo integrado no todo que é, com todo seu potencial em funcionamento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, as crianças chegam ao mundo sem apresentar nenhum pré-conceito de valor ou moral sobre si mesmas e tampouco sobre o mundo que as cercam. Entretanto, esse genuíno modo de funcionar vai cessando durante o processo de desenvolvimento em função da educação - ou deseducação, como preferem Duarte Jr. (2001) e Bastos (2017).

Sabe-se que já no início da vida, diversos "deverias" são impostos pelo meio, podendo formatar os indivíduos e limitando as suas formas de estar no mundo. Assim, nesse processo, a regulação deverística pode passar a governar o organismo por padrões externos de funcionamento, de modo que a autorregulação organísmica seria prejudicada e, consequentemente o viver autêntico pode ficar comprometido.

Nesse sentido, diante das diversas imposições da sociedade, características tão visíveis na infância atual, como a criatividade e a espontaneidade, podem ir se perdendo ao longo do processo de maturação. Na realidade essas qualidades são prerrogativas do ser humano, porém uma sociedade disfuncional exige do adulto que esses atributos presentes de forma tão visível e espontânea nas crianças sejam aniquilados, fazendo o adulto acreditar que elas são incompatíveis com as exigências do meio.

Apesar disso, Zinker (2007) afirma a importância dessas características por todas as etapas da vida, independentemente da idade. O autor afirma que essas particularidades da infância possibilitam um funcionamento mais saudável, já que, tanto a criatividade quanto a espontaneidade são indicadores de saúde, facilitando a fluidez e o dinamismo do ser no mundo.

Concordamos com o documentário Tarja Branca – A revolução que faltava (2014) que afirma que é importante recuperar esses atributos caracterizados como somente da infância. Precisa-se resgatar o ser criança, juntamente com toda a potencialidade existente nela. Gostaríamos de salientar que também pensamos que é preciso transformar esse adulto sério demais e também a nossa sociedade atual, que é assolada pela falta de alegria e de autenticidade. Para poder ter um viver mais saudável, harmônico e autêntico, o resgate do brincar é prioritário.

Por fim, cabe salientar que todo o exposto converge de forma clara com o que é proposto pela Gestalt-Terapia, já que, conforme descreve Zinker (2007) *"[...] a Gestalt-terapia é uma permissão para ser exuberante, sentir contentamento, brincar com as mais belas possibilidades em nossa breve vida [...] significa abraçar completamente a vida, provando todos os seus sutis sabores"* (p. 32 e 33). Acreditamos que esse retorno dessas características tão próprias da infância da atualidade, juntamente com a integração do ser criança junto a todas as outras potencialidades do indivíduo, possui grande relevância terapêutica.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUIAR, L. **Gestalt-terapia com crianças: teoria e prática**, São Paulo: Summus, 2015.

ARIÈS, P. **História social da criança e da família**. 2. Ed., Rio de Janeiro: LTC, 2012.

BASTOS, R., **O Clown Terapêutico**, Juiz de Fora, MG: Bartlebee, 2017.

CRIANÇA. **Dicionário Priberam da Língua Portuguesa**. Disponível em: <https://dicionario.priberam.org/crian%C3%A7a>. Acesso em: 18 de abril. de 2020.

DAMÁSIO, A. R., **O Erro de Descartes**, São Paulo: Cia das Letras, 1996.

D'ACRI, G.; LIMA, P,; ORGLER, S., **Dicionário de Gestalt-Terapia: "Gestaltês"**, 3. Ed. São Paulo: Summus, 2016.

DUARTE JR, J. F., **O sentido dos sentidos: a educação (do) sensível***,* Curitiba, PR: Criar Edições, 2001.

FERREIRA, A. B. de H**., Mini Aurélio Século XXI: O minidicionário da língua portuguesa**. 5 ed. totalmente rev. e ampl. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2004

GAARDER, J., **O Mundo de Sofia: Romance da história da filosofia,** São Paulo: Companhia das Letras, 2001.

GEBRIM, P., **Gente que Mora Dentro da Gente,** São Paulo, Pensamento, 2004.
HENRICKS, T. S., *Play as Self-Realization: Toward a General Theory of Play*, American Journal of Play, volume 6, number 2 © The Strong, 2014.

HYCNER, R., **De Pessoa a Pessoa: Psicoterapia Dialógica**, 3. Ed. São Paulo: Summus, 1995.

LIMA, P. A**., Criatividade na Gestalt–terapia**. Estudos e Pesquisas em Psicologia, UERJ, RJ, ano 9, n1, p. 87 a 97,1º semestre de 2009. Disponível em: <http://www.revispsi.uerj.br/v9n1/artigos/pdf/v9n1a08.pdf>. Acesso em: 6 nov. De 2017.

LIIMAA, W., **Dê um salto quântico na sua vida: Como treinar sua mente para viver no presente e fazer o mundo conspirar a seu favor**, 2. Ed., São Paulo: Editora Gente, 2017.

PAPALIA, D. E.; OLDS, S. W.; FELDMAN, R. D., **Desenvolvimento Humano**, 8. Ed. São Paulo: Artmed, 2006.

PERLS, F., **A Abordagem Gestáltica e Testemunha Ocular da Terapia**, 2. Ed., Rio de Janeiro: LTC, 2015.

_____, **Gestalt-Terapia Explicada**, 11. Ed., São Paulo: Summus, 1977.

PERLS, F.; HEFFERLINE, R,; GOODMAN, P., **Gestalt-Terapia**, São Paulo: Summus, 1997.

POLSTER, E.; POLSTER, M., **Gestalt-Terapia Integrada**, São Paulo: Summus, 2001.

REIS, A. C., **Arteterapia: a Arte como Instrumento no Trabalho do Psicólogo**, Psicologia: Ciência e Profissão, 2014, 31 (1), 142-157. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pcp/v34n1/v34n1a11.pdf> Acesso em: 15 set. de 2018.

RHYNE, J., **Arte e Gestalt: Pradrões que convergem**, São Paulo: Summus, 2000

RIBEIRO, J., **Gestalt-Terapia: Refazendo um caminho**, 7 Ed., São Paulo: Summus, 1985.

RIBEIRO, W., **O que fizemos (continuamos a fazer) das crianças que um dia fomos**, Brasília: Thesaurus, 2015.

SIEGAL, D. J. E BRYSON, T. P., **O cérebro da criança: 12 estratégias revolucionárias para nutrir a mente em desenvolvimento do seu filho e ajudar sua família a prosperar**, São Paulo: Versos, 2015.

STEVES, J. O., **Isto é Gestalt**, São Paulo: Summus, 1977.

TARJA Branca – **A revolução que faltava**. Direção de: Cacau Rhoden, Produção: Estela Renner, Luana Lobo e Marcos Nisti, Brasil: Maria Farinha Filmes, 2014, 1 DVD, 89 min, color. son.

VIORST, J., **Perdas Necessária**, 4. Ed, São Paulo: Melhoramentos, 2005.

YONTEF, G**., Processo, Diálogo e Awareness**, 3. Ed., São Paulo: Summus, 1998.

ZINKER, J., **Processo Criativo em Gestalt-Terapia***,* 2. Ed., São Paulo: Summus, 2007.

NOTAS

Thaís Wrigt Cunha Morgado - Psicóloga - CRP 05/50339, pós-graduada em psicologia clínica com ênfase em Gestalt-terapia pela Universidade Celso Lisboa; cursando Formação em Gestalt-terapia no Instituto Gestalt em Figura.

Rodrigo Bastos - Mestre em Ciências Sociais pela UFJF. Pós-graduado em Psicologia Clínica na Abordagem Gestáltica (IPGL). Psicólogo pelo CES. Palhaço. Membro da ABGT. Coordenador da Pós-graduação em Gestalt-terapia na USU.

Psicólogo clínico. Professor em Pós-Graduações em Psicologia pela Abordagem Gestáltica. Autor do Livro "O Clown Terapêutico". Ministra cursos de formação em Clownterapia. Estudos em Palhaçaria influenciados pela pedagogia de Jacques Lecoq e Philippe Gaulier do qual foi aluno.

Helena Pinheiro Juca-Vasconcelos - Psicóloga CRP 05/34161, Diretora do SaberPSI, Coordenadora da Pós-graduação em Psicologia Clínica com ênfase em Gestalt-terapia (Celso Lisboa), Docente da graduação de Psicologia e supervisora clínica (USU), Docente da pós-graduação em Psicologia Clínica com ênfase em Gestalt-terapia (Celso Lisboa), Docente, formadora e supervisora clínica do SaberPSI, Mestre em Psicologia Clínica - Família e Casal (PUC-Rio), Especialista em Psicologia clínico-institucional (HUPE/UERJ), Gestalt-terapeuta (CGT), dona do Canal do SaberPSI no YouTube e Instagram.

Endereço para correspondência
Thaís Wrigt Cunha Morgado
E-mail: thais.wrigt@gmail.com

Rodrigo Bastos
E-mail: thais.wrigt@gmail.com

Helena Pinheiro Juca-Vasconcelos
E-mail: psi.helena@gmail.com

Recebido em: 30/06/2020
Aprovado em: 15/08/2021